



مشخصات فردی:

نام: رضا

نام خانوادگی: قهرمانی

تاریخ تولد: ۱۳۶۸/۱۱/۲۸

وضعیت خدمت سربازی: اتمام خدمت (طرح پژوهشی بنیاد ملی نخبگان)

ایمیل: r.ghahremani@birjand.ac.ir

تلفن: 09371102346

آدرس: فراسان جنوبی- بیرجند- انتهای بلوار دانشگاه- پردیس شوکت آباد دانشگاه بیرجند- دانشکده علوم ورزشی

سوابق تحصیلی:

رتبه از نظر معدل کل	معدل	رشته تحصیلی	دانشگاه محل تحصیل	مقطع تحصیلی
نفر اول رشته- ورودی	۱۹/۳۹	فیزیولوژی ورزشی - گرایش فیزیولوژی ورزشی قلب و عروق و تنفس	گیلان	دکتری
نفر اول رشته- ورودی	۱۸/۱۱	تربیت بدنی- فیزیولوژی ورزشی	بوعلی سینا همدان	کارشناسی ارشد
نفر دوم رشته- ورودی	۱۷/۹۵	تربیت بدنی و علوم ورزشی	خوارزمی تهران	کارشناسی

پایان نامه :

عنوان پایان نامه	مقطع تحصیلی	استاد راهنما	استاد مشاور
اثر یک دوره پیش آماده سازی با تمرین هوازی شدید بر شاخص های کنترل کیفیت میتوکندریایی و آسیب ایسکمی- ریپرفیوژن میوکارد در موش های صحرائی نر ویستار	دکتری	دکتر ارسلان دمیرچی	دکتر علیرضا کمکی دکتر ایرج صالحی
تأثیر حاد چهار پروتکل گرم کردن به روش نیرومندسازی پس فعالی بر شاخص های عملکردی و الکترومایوگرافی پرش عمودی مردان ورزشکار	کارشناسی ارشد	دکتر فرزاد ناظم	دکتر مهرداد عنبریان

سوابق تحقیقاتی و مقالات:

نوع مجله	مجله	عنوان
ISI IF: 5.03 (Q1)	Life Sciences (Elsevier)	Mitochondrial dynamics as an underlying mechanism involved in aerobic exercise training-induced cardioprotection against ischemia-reperfusion injury
ISI IF: 3.39 (Q2)	Frontiers in Physiology	Evidence of improved vascular function in the arteries of trained but not untrained limbs after isolated knee-extension training
ISI IF: 3.75 (Q1)	Behavioral and Brain Functions	Sex Differences in Spatial Learning and Memory and Hippocampal Long-Term Potentiation at Perforant Pathway-Dentate Gyrus (PP-DG) synapses in Wistar Rats
ISI IF: 5.03 (Q1)	Life Sciences (Elsevier)	Exercise training and probiotic supplementation effects on skeletal muscle apoptosis prevention in type-I diabetic rats
ISI IF: 3.61 (Q1)	Frontiers in Behavioral Neuroscience	Sex Differences in Spatial Learning and Memory in Valproic Acid Rat Model of Autism: Possible Beneficial Role of Exercise Interventions
ISI	Brain Communications	Impairment in social interaction and hippocampal long-term potentiation at perforant pathway-dentate gyrus synapses in a prenatal valproic acid-induced rat model of autism
Scopus	Physiology and Pharmacology	Protective effect of zinc sulfate and continuous/interval training on liver oxidative stress in morphine-withdrawal syndrome in rats
ISC	Physical Treatments	Preconditioning effect of high-intensity aerobic training on myocardial ischemia-reperfusion injury and Beclin-1 gene expression in rats
علمی - پژوهشی و ISC	نشریه ورزش و علوم زیست حرکتی دانشگاه حکیم سبزواری	اثر زودگذر اجرای حرکت اسکات به صورت تک پا و جفت پا بر شاخص‌های عملکردی و الکترومایوگرافی پرش عمودی مردان ورزشکار
علمی - پژوهشی و ISC	نشریه علوم زیستی ورزشی دانشگاه تهران	اثر شدت اجرای یک نوبت نیم اسکوات پویا بر عملکرد و فعالیت الکتریکی عضلانی در جریان پرش عمودی پسران نوجوان ورزشکار

علمی - پژوهشی و ISC	نشریه پژوهش در توانبخشی ورزشی دانشگاه بوعلی سینا همدان	اثر توانبخشی تمرینات مقاومتی زیربیشینه بر پروفایل کنترل گلیسمیک بیماران دیابتی مزمن نوع II
علمی - پژوهشی و ISC	نشریه مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش دانشگاه بیرجند	تاثیر تمرین هوازی و مکمل پروبیوتیک بر سطوح گلوکز خون و بیان ژن کاسپاز-3 در عضله اسکلتی رت‌های دیابتی
علمی - پژوهشی و ISC	نشریه علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند	تاثیر چهار هفته تمرین در منزل و مصرف مکمل انار بر وضعیت استرس اکسایشی در زنان یائسه دارای اضافه- وزن و چاق
علمی - پژوهشی	نشریه ورزش و علوم زیست حرکتی دانشگاه حکیم سبزواری	تاثیر شش هفته تمرین تناوبی شدید (HIIT) و مصرف مکمل شنبلیله بر سطوح پلاسمایی پروتئین واکنش‌پذیر C و کورتیزول زنان دارای اضافه‌وزن و چاق
علمی - پژوهشی و ISC	نشریه علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند	تاثیر چهار هفته مکمل دهی انار و تمرین در منزل بر فعالیت الکتریکی قلب و نیمرخ لیپیدی در زنان یائسه دارای اضافه‌وزن و چاق
علمی - پژوهشی و ISC	مجله ارمان دانش دانشگاه علوم پزشکی یاسوج	تاثیر 6 هفته تمرین تناوبی شدید همراه با مصرف مکمل شنبلیله بر نیمرخ لیپیدی و شاخص‌های ترکیب بدنی زنان دارای اضافه‌وزن و چاق
Scopus	مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی مازندران	مقایسه تاثیر برنامه تمرینی استقامتی و مقاومتی بر برخی شاخص‌های ریوی، عملکردی و کیفیت زندگی بیماران کووید-19 ترخیص‌شده از بیمارستان
همایشی (بین المللی)	هشتمین همایش بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی - بهمن و اسفند ۱۳۹۳ - دانشگاه شهید بهشتی تهران (سخنرانی)	اثر نوع انقباض عضلانی در پدیده نیرومندسازی پس- فعالی بر عملکرد پرش عمودی و فعالیت EMG عضلات حین پرش در مردان تمرین‌کرده
همایشی (بین المللی)	دهمین همایش بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی - اردیبهشت ۱۳۹۶ - دانشگاه شهید بهشتی تهران (پوستر)	مکانیسم‌های سلولی محافظت قلبی ناشی از ورزش در مقابل آسیب ایسکمی - رپرفیوژن (مروری)
همایشی (بین المللی)	بیست و چهارمین کنگره ملی و سومین کنگره بین المللی فیزیولوژی و فارماکولوژی - آبان ۹۸ - دانشگاه شاهد تهران و انجمن فیزیولوژی و فارماکولوژی ایران (سخنرانی)	Neurodegenerative diseases and oxidative stress: Physical exercise as a preventive or disease-modifying treatment

طرح‌های پژوهشی:

عنوان	محل تصویب و اجرای طرح	تاریخ تصویب	وضعیت طرح
بررسی اثر مکمل سولفات روی و هشت هفته تمرین تداومی و تناوبی بر بیومارکرهای آسیب اکسیداتیو کبد در موش‌های معتاد در سندروم ترک	معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی همدان	۱۳۹۵/۰۵/۰۵	خاتمه یافته

در حال اجرا	۱۳۹۵/۱۲/۱۷	معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی همدان	اثر هشت هفته تمرین تناوبی و تناوبی همراه با مصرف مکمل سولفات روی بر شاخص‌های استرس اکسیداتیو و اینترلوکین ۶، ۱۷ و TNF α در نواحی مختلف مغز موش‌های معتاد در سندروم ترک
در حال اجرا	۱۳۹۷/۱۱/۲۰	معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی همدان	بررسی تاثیرات احتمالی تمرینات ورزشی بر تغییرات رفتاری، شکل پذیری سیناپسی، آپوپتوز و استرس اکسیداتیو در یک مدل موش اوتیستیک القا شده توسط والپروئیک اسید

ترجمه کتاب:

سال چاپ	ناشر	نویسنده	نام کتاب
۱۳۹۵	آوای ظهور	Wojtek Chodzko-Zajko	فعالیت‌های ورزشی برای سالمندان بر اساس دستورالعمل‌های ACSM
۱۴۰۱	حتمی	Patrick L. Jacobs	راهنمای NSCA برای تمرینات ورزشی در گروه‌های خاص (دو جلد)

فرصت تمقیقاتی در دانشگاه‌های خارج از کشور:

تاریخ دوره	استاد راهنما	دانشگاه میزبان	عنوان دوره
November 9, 2017 – May 9, 2018	Prof. Fabio Esposito	دانشگاه میلان ایتالیا، دپارتمان علوم زیست پزشکی	فرصت مطالعاتی شش ماهه ویژه دانشجویان دکتری

عضویت در مجامع علمی بین‌المللی:

۱	عضو انجمن قلب‌شناسی اروپا (ESC) European Society of Cardiology
۲	عضو شورای علوم پایه قلب و عروق انجمن قلب‌شناسی اروپا ESC Council on Basic Cardiovascular Science
۳	عضو کارگروه پاتوفیزیولوژی عروق کرونر و گردش خون انجمن قلب‌شناسی اروپا ESC Working Group on Coronary Pathophysiology & Microcirculation
۴	عضو کارگروه ژنومیک قلب و عروق انجمن قلب‌شناسی اروپا ESC Working Group on Cardiovascular Genomics

داوری در نشریات و همایش‌های علمی:

نوع نشریه یا همایش	سمت	نشریه یا همایش
ISI	داور مقالات	Journal of ACTA Neurobiologiae Experimentalis
نشریه علمی- پژوهشی و ISC	داور مقالات	نشریه سوخت و ساز و فعالیت ورزشی (دانشگاه گیلان)
نشریه علمی- پژوهشی و ISC	داور مقالات	نشریه مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش (دانشگاه بیرجند)
نشریه علمی- پژوهشی و ISC	داور مقالات	مجله علوم پزشکی رازی (دانشگاه علوم پزشکی ایران)
نشریه علمی- پژوهشی و ISC	داور مقالات	نشریه مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش (دانشگاه شهید مدنی آذربایجان)
نشریه علمی- پژوهشی و ISC	داور مقالات	نشریه مطالعات طب ورزشی (پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی تهران)
نشریه علمی- پژوهشی و ISC	داور مقالات	نشریه علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند
نشریه علمی- پژوهشی	داور مقالات	نشریه ورزش و علوم زیست حرکتی (دانشگاه حکیم سبزواری)

رزومه

همایش ملی	داور مقالات	دومین همایش ملی ورزش و سلامت عمومی (دانشگاه شهید باهنر کرمان - آبان ماه ۱۴۰۰)
همایش ملی	عضو کمیته داوران همایش	اولین همایش ملی ورزش، مشارکت همگانی و سبک زندگی (دانشگاه بوعلی سینا همدان - خرداد ماه ۱۴۰۰)
همایش ملی	عضو کمیته داوران همایش	اولین همایش ملی مطالعات کاربردی در علوم ورزشی (تنکابن - آبان ماه ۱۳۹۵)
همایش ملی دانشجویی	عضو هیئت رئیسه و عضو کمیته علمی همایش	هفتمین همایش ملی دانشجویی علوم ورزشی دانشگاه شهید بهشتی تهران (مهر ماه ۱۴۰۰)
همایش استانی دانشجویی	عضو هیئت رئیسه همایش	دومین همایش استانی دانشجویی علوم ورزشی دانشگاه گیلان (آذرماه ۱۳۹۵)
همایش استانی دانشجویی	عضو هیئت رئیسه همایش	سومین همایش استانی دانشجویی علوم ورزشی دانشگاه گیلان (آذرماه ۱۳۹۷)

آشنایی با زبان های خارجی:

زبان خارجی	نام مدرک	نمره ارزشیابی	تاریخ آزمون
انگلیسی	MSRT (MCHE)	54/100	۱۳۹۴/۱۲/۲۰

همکاری با فدراسیون های ورزشی:

نام فدراسیون	نوع همکاری
فدراسیون هندبال جمهوری اسلامی ایران	مدرس دوره های مربیگری
فدراسیون ورزش های همگانی جمهوری اسلامی ایران	مدرس دوره های مربیگری

تدریس کارگاهها و دوره های علمی تفصیلی:

عنوان کارگاه	محل برگزاری کارگاه	تاریخ برگزاری
اصول طراحی تمرینات ورزشی با هدف کسب تندرستی	دانشگاه بیرجند	۱۴۰۰/۸/۳
آموزش پروپوزال نویسی ویژه دانشجویان کارشناسی ارشد	دانشگاه بیرجند	۱۴۰۰/۱۲/۱۶
مدیریت منابع علمی و رفرنس دهی با نرم افزار EndNote	دانشگاه بیرجند	۱۴۰۰/۹/۱۵

شرکت در کارگاه های تفصیلی:

عنوان کارگاه	محل برگزاری کارگاه	تاریخ برگزاری
قلب شناسی ورزشی - تمرکز بر چالش آریتمی در پزشکی ورزشی: چکار می توانید انجام دهید	انجمن قلب شناسی اروپا (ESC) (سمینار آموزشی آنلاین)	Apr 30, 2021
قلب شناسی ورزشی - تمرکز بر ورزش و سلامت قلبی عروقی: مسیر پیش رو را چطور ترسیم می کنید	انجمن قلب شناسی اروپا (ESC) (سمینار آموزشی آنلاین)	Feb 9, 2021

رزومه

Mar 25, 2021	انجمن قلب‌شناسی اروپا (ESC) (سمینار آموزشی آنلاین)	قلب‌شناسی ورزشی - تمرکز بر قلب ورزشی در مقابل کاردیومیوپاتی: نقش تصویربرداری
Oct 27, 2020	انجمن قلب‌شناسی اروپا (ESC) (سمینار آموزشی آنلاین)	گایدلاین‌های سال ۲۰۲۰ انجمن قلب‌شناسی اروپا در ارتباط با قلب‌شناسی ورزشی و فعالیت بدنی در بیماران قلبی - عروقی
Nov 19, 2020	انجمن قلب‌شناسی اروپا (ESC) (سمینار آموزشی آنلاین)	راهکارهای ارائه توانبخشی مبتنی بر ورزش به بیماران نارسایی قلبی و تشویق این بیماران به بهبود سطح فعالیت بدنی
Nov 03, 2020	انجمن قلب‌شناسی اروپا (ESC) (سمینار آموزشی آنلاین)	چگونه می‌توان از طریق یک رویکرد چندرشته‌ای در رابطه با پیشگیری اولیه و ثانویه، با افزایش خطر بیماری‌های قلبی - عروقی مقابله کرد؟
Jan 21, 2019	انجمن قلب‌شناسی اروپا (ESC) (سمینار آموزشی آنلاین)	مسیر پیش روی نارسایی‌های مزمن قلبی
Jan 28, 2019	انجمن قلب‌شناسی اروپا (ESC) (سمینار آموزشی آنلاین)	یک کاردیولوژیست باید چه چیزهایی در مورد بیماری‌های عروقی بدانند؟
Dec 10, 2018	انجمن قلب‌شناسی اروپا (ESC) (سمینار آموزشی آنلاین)	اصول تمرینات ورزشی و بازتوانی در بیماران نارسایی قلبی مزمن (CHF)
۱۳۹۶/۰۱/۲۹ و ۱۳۹۶/۰۱/۳۰	دانشگاه علوم پزشکی همدان	طراحی پرایمر در تکنیک آزمایشگاهی PCR
۱۳۹۶/۰۷/۲۳	دانشگاه علوم پزشکی همدان	آشنایی با نرم‌افزار EndNote
۱۳۹۶/۰۲/۲۷	دانشگاه علوم پزشکی همدان	SPSS
۱۳۹۶/۰۳/۰۷	دانشگاه علوم پزشکی همدان	جستجوی منابع الکترونیکی در پایگاه اطلاعاتی PubMed
۱۳۹۶/۰۷/۱۸	دانشگاه علوم پزشکی همدان	جستجوی منابع الکترونیکی در پایگاه اطلاعاتی Scopus
۱۳۹۶/۰۷/۱۶	دانشگاه علوم پزشکی همدان	جستجوی منابع الکترونیکی در پایگاه اطلاعاتی Clinical Key
۱۳۹۹/۱۰/۰۳	دانشگاه صنعتی کرمانشاه	آشنایی با Clarivate Analytics

مهارت‌های کامپیوتری:

میزان تسلط	نام برنامه/نرم افزار
پیشرفته	نرم افزار آماری SPSS
پیشرفته	نرم افزار مدیریت منابع EndNote
پیشرفته	توانایی جستجو در فضای اینترنت
متوسط	بسته نرم افزاری Office
متوسط	سیستم عامل ویندوز

مهارت‌ها و تخصص‌های ورزشی:

۱	سابقه ۱۶ سال فعالیت در رشته هندبال و شرکت در مسابقات و کسب مقامها و عناوین مختلف در سطح استانی و کشوری
۲	مربی درجه یک هندبال
۳	مربی درجه سه شنا
۴	مربی درجه سه آمادگی جسمانی
۵	مربی درجه D فوتبال
۶	مربی درجه سه بسکتبال
۷	مدرك درجه دو نجات غریق

مقام‌های ورزشی:

۱	مقام دوم مسابقات هندبال آموزشگاههای ابتدایی استان همدان، ۱۳۷۹
۲	مقام اول مسابقات هندبال آموزشگاههای راهنمایی استان همدان، ۱۳۸۲
۳	مقام سوم مسابقات هندبال آموزشگاههای متوسطه استان همدان، ۱۳۸۳
۴	مقام دوم مسابقات هندبال قهرمانی نوجوانان استان همدان، ۱۳۸۴
۵	مقام دوم مسابقات هندبال قهرمانی نوجوانان استان همدان، ۱۳۸۶
۶	مقام سوم مسابقات هندبال قهرمانی جوانان استان همدان، ۱۳۸۶
۷	مقام دوم مسابقات هندبال قهرمانی جوانان استان همدان، ۱۳۸۷
۸	مقام اول مسابقات هندبال منطقه ۲ دانشگاههای کشور، ۱۳۸۸

گواهی شرکت در مسابقات ورزشی کشوری :

۱	گواهی شرکت در هفتمین المپیاد ورزشی مدارس سراسر کشور در رشته هندبال، ۱۳۸۲
۲	شرکت در مسابقات هندبال قهرمانی نوجوانان کشور، ۱۳۸۵
۳	گواهی شرکت در مسابقات هندبال قهرمانی مدارس متوسطه سراسر کشور، ۱۳۸۵
۴	شرکت در مسابقات هندبال قهرمانی نوجوانان کشور، ۱۳۸۶
۵	گواهی شرکت در هشتمین المپیاد ورزشی مدارس سراسر کشور در رشته هندبال، ۱۳۸۶
۶	شرکت در مسابقات هندبال قهرمانی دانشجویان سراسر کشور، ۱۳۸۸
۷	گواهی شرکت در مسابقات هندبال المپیاد ورزشی دانشجویان کشور، ۱۳۸۹
۸	شرکت در مسابقات هندبال المپیاد ورزشی دانشجویان کشور به عنوان مربی، ۱۳۹۱
۸	گواهی شرکت در مسابقات هندبال قهرمانی دانشجویان سراسر کشور، ۱۳۹۳
۱۰	شرکت در مسابقات هندبال قهرمانی جوانان باشگاههای کشور
۱۱	گواهی شرکت در مسابقات قهرمانی هندبال دسته یک بزرگسالان کشور به عنوان بازیکن
۱۲	شرکت در مسابقات هندبال المپیاد ورزشی دانشجویان سراسر کشور، ۱۳۹۷